

*“La Befana vien di notte
con le scarpe tutte rotte”....,*

scende piano dal camino

senza il minimo rumorino.

E' accogliente l'atmosfera

Che decide di trascorrervi la sera.

Vorrebbe rifocillarsi

Con qualcosa da mangiarsi.

Ma ahimè, tutti han già finito di cenare

Che non le resta che cucinare...

Il profumo si spande per la casa

L'acquolina stuzzica i palati

Che a tutti rivien voglia di mangiare.

ECCO ALLORA



le ricette "BEFANE"

POT-AU-FEU

Ingredienti per 6/8 persone: 2 piccoli porri, un gambo di sedano, 10 grani di pepe nero, 5/6 semi di coriandolo, mezzo cavolo cappuccio piccolo diviso in quarti, 250 gr circa di coda di manzo tagliata a pezzetti, 750 gr di biancostato, mezzo stinco di vitello, 25 gr di sale (viola dell'India), una piccola cipolla con infilzati 2 chiodi di garofano, uno spicchio d'aglio, un bouquet garni (è un mazzolino di erbe fresche: composto di una foglia d'alloro, un rametto di timo, foglie di sedano, un ciuffo di prezzemolo, al tutto vi si avvolge la parte verde di un porro), 2 carote tagliate a bastoncini di 5 cm, una rapa.

Procedimento di cottura:

1. legare in un mazzolino i porri e il sedano; riunire i grani di pepe e i semi di coriandolo in un fazzoletto di cotone e chiudere con uno spago. Mettere il cavolo cappuccio in una grande casseruola e coprire d'acqua fredda. Portare a ebollizione, fare cuocere per 3 minuti e scolare. Sciacquare sotto l'acqua fredda e tenere da parte.
2. Lavare le ossa e la carne, metterle in una pentola capiente e aggiungere 3,5 litri d'acqua fredda, salare e portare a ebollizione. Togliere la schiuma e il grasso che affioreranno in superficie e aggiungere la cipolla, l'aglio, il bouquet garni e il sacchetto con il pepe e il coriandolo. Fare sobbollire a fuoco basso per 1 ora e 45 minuti.
3. Aggiungere le carote, la rapa, il cavolo cappuccio e il mazzolino di porri e sedano. Proseguire la cottura per altri 30 minuti o finché la carne non sarà tenera. Eliminare il bouquet garni e il sacchetto con le spazie, quindi scolare la carne e le verdure conservando il brodo. Mettere la carne su un piatto di portata, disponetevi intorno le verdure e versare il brodo in una zuppiera.

Consigli: il pot-au-feu è tradizionalmente accompagnato da cetriolini sott'aceto e da una ciotolina con il sale per la carne; inoltre, il brodo può essere arricchito con delle patate lesse.

BUON APPETITO dalla Macelleria Magri

Stinco con verdure

Ingredienti per 6 persone : 1,2 kg di stinco di vitello, 1 kg di patate, 3 carote, 2 coste di sedano (100 gr), 200 gr di verza, 2 porri (240 gr), un rametto di salvia, 30 ml di marsala, 50 ml vino bianco, 300 ml brodo di carne, 10 gr di farina, 30 gr di burro, 30 ml di olio d'oliva, sale, pepe.

La preparazione delle verdure: lavate tutte le verdure. Spuntate e raschiate le carote; tagliate a rondelle. Pulite i porri e divideteli a metà in senso verticale e tagliateli a pezzetti. Riducete a lamelle il sedano. Sbucciate le patate, tagliatele a dadini. Spezzate le foglie di verza. Lavate la salvia, asciugatela, tritatela.

Procedimento di cottura: sciacquate lo stinco e asciugatelo.

- Rosolate lo stinco in una capace casseruola con olio e salvia
- Bagnate con il cognac e il vino, fate evaporare 3 minuti
- Salate e pepate
- Cuocete coperto 90 minuti, versando 200 ml di brodo caldo, poco alla volta
- Unite le verdure, proseguite la cottura 30 minuti
- Sgocciolate verdure e stinco
- Amalgamate la farina e il burro al fondo di cottura.
- Incorporate il brodo rimasto
- Cuocete 2 minuti
- Disponete lo stinco e le verdure su un piatto di portata
- Irrorate con il fondo di cottura
- Servite e...

BUON APPETITO dalla Macelleria Magri